



Ce qui rend fous les parents
Série 1/5

Ils ont 6, 12, 17 ans et tous les jours, on se demande comment on tient. Parce qu'un enfant, ça a beau être mignon, gentil, chair de ma chair, sang de mon sang, etc. C'est aussi un alien qui mange n'importe quoi, qui vit dans un nid de détritus et de vêtements sales, qui répond de travers (quand il répond), qui sort à moitié nu par tous les temps et qui meurt quand on l'arrache à l'ordinateur ou aux jeux vidéo. Jusqu'à vendredi, voici un petit guide de survie à l'usage des parents au bord de la crise de père et mère.

Lundi Arrête de manger des crasses !

Mardi Tu vas pas sortir comme ça ?

Mercredi/jeudi Parle pas comme ça à ta mère !

Vendredi Lâche cette console !

l'avis de l'expert

Claudine, aide-ménagère

Depuis une vie, Claudine range la chambre de dizaines de gamins. Les trois siens, tout d'abord, et puis ceux d'autres parents, chaque semaine. « Il y a cette maison où vivent quatre garçons, de 7 à 13 ans. Pas d'autre mot : c'est le bordel, il y a des jouets partout. C'est carnage ! Quand la mère sait que je viens, elle leur dit de ranger mais c'est quand même elle qui fait tout. Pendant que je nettoie le bas,

LA CHAMBRE DES ENFANTS, c'est leur refuge. Ils voudraient qu'on n'y entre jamais. Peut-être y entrons-nous trop. Pourquoi ranger est important ? Ou non.

Erstein disait : « Si un bureau en désordre dénote un esprit brouillon, que dire d'un bureau vide ? » Ça marche aussi pour les chambres. N'empêche. Marcher pieds nus sur un Lego-Renaud Papillon Paravel en a même fait le titre d'une chanson -, c'est un vrai truc qui rend dingue.

Posez la question autour de vous. Des chausseries de Barbie aux petites pièces K'nex (un classique) au pire du pire (« On a eu des bêtes ! »), tout le monde connaît. Chez Humphrey et sa femme vit une jeune extraterrestre de 13 ans. Son univers : « Une chambre catastrophique. Quand elle avait 8-10 ans, on marchait sur des peluches (au moins ça ne fait pas mal), des BD, des pinces à cheveux, des brosses, le rimmel de sa mère, des crayons de couleur... Aujourd'hui, ce ne sont que machins pas refermés, tas de fringues parce que "je me change trois fois par jour sans penser que quelqu'un s'est cassé le cul à repasser tout ça" et... des pots de yaourt ! Ah ! les pots de yaourts qu'on jette à la poubelle avec la cuillère dedans. A la cinquième fois, parce que les cuillères commencent à manquer, j'avoue que ça m'agace un peu et les déçibels se mettent à monter... »

La chambre en désordre, c'est ce qui énerve le plus les parents. « J'ai écrit tout un bouquin là-dessus, glousse la célèbre psychologue clinicienne française Maryse Vaillant (1). Le problème, c'est que "Range ta chambre", qui pour nous signifie "Gère tes affaires, sois responsable", ça ne veut rien dire pour un enfant. Il lui faut du concret : "Mets tes vêtements au linge sale, range tes Playmobil, empile tes livres." Je ne connais aucun enfant qui sache ranger sa chambre. Chez les petits, c'est encore facile. Ils ont envie de faire plaisir. Mais un ado, lui, entendra : "Obéis, sوماتs-toi." Il résiste parce qu'il n'a pas envie, ça le fatigue. Il a un besoin de cocooner régressif, c'est normal. Je suis plus inquiète d'un ado qui range tout. »

Cocoon est le bon mot. D'ailleurs, au train où vont les choses, il se pourrait bien qu'un jour plus aucun enfant ne veuille quitter sa chambre. Ces quatre murs, où l'on vous dit de filer à la moindre bêtise, sont devenus un paradis. Sept jeunes sur dix y ont la radio et près d'un sur deux y dispose d'un ordinateur, d'une télévision ou d'une console de jeux. Le nombre d'entre eux qui dispo-

sent d'une connexion internet dans leur chambre augmente également. Rien d'étonnant, vu l'utilisation croissante du réseau sans fil à la maison (WiFi) et l'engouement des jeunes pour les smartphones qui leur permettent de se connecter en réseau mobile (3G) où qu'ils soient. Résultat ? Dans une étude du Cricoc de 2010 sur ce qu'aiment faire les jeunes, rester seul arrive en tête (29 % à 15 ans, 8 % entre 10 et 13 ans), ensuite rester à la maison en famille, puis regarder la télé et surfer sur internet (plus de 9 jeunes sur 10), écouter de la musique, regarder des DVD et faire des jeux vidéo. Ne rien faire du tout est plus le truc des garçons que des filles (36 % et 23 % respectivement).

« Sept jeunes sur dix ont la radio dans leur chambre. Près d'un sur deux y dispose d'un ordinateur, d'une télévision ou d'une console de jeux. Avec, évidemment, la connexion internet »

Devant de tels chiffres, les parents s'affolent. Crient, secouent, menacent. Et de la nuit le plus grand quiproquo de l'Histoire. La Fondation Pfizer (2) mesure depuis 2005 le bien-être des adolescents et alors que les résultats du baromètre 2012 révèlent que les jeunes vont bien dans leur majorité, qu'ils se sentiraient même un peu mieux qu'en 2011, en particulier à l'école, la perception pessimiste et inquiète des adultes perdure. Seuls 26 % d'entre eux estiment que les ados sont satisfaits de ce qui leur arrive contre 3/4 des principaux intéressés. 74 % des adultes jugent que les adolescents se sentent mal dans leur peau mais un quart des jeunes seulement le reconnaissent. Le plus triste : les adolescents expriment des besoins d'échanges avec les adultes que les adultes mésestiment manifestement. Les trois quarts des adultes disent que les ados pensent ne pas avoir besoin d'eux alors que seulement 15 % des adolescents considèrent effectivement ne pas avoir besoin des adultes.

C'est plutôt une bonne nouvelle finalement. Dans le cœur des jeunes, les parents obtiennent un niveau très élevé de satisfaction (92 %). Pour devenir adulte, ils comptent d'abord sur leur mère (92 %), loin devant leur père (74 %), avant les amis, frères et sœurs, grands-parents ou professeurs. Mieux : les parents sont leur principal modèle, avec quelques personnalités de la sphère publique comme Lionel

Messi, Zidane, Bill Gates, Steve Jobs, Lady Gaga, Gandhi...

Ce que les parents leur apportent ? Le savoir-vivre (77 %), les valeurs (72 %), de bonnes habitudes concernant l'alimentation et la santé (66 et 61 %), l'autonomie (59 %), les connaissances (49 %), bien devant la religion (20 %) et les opinions politiques (28 %). La famille demeure une valeur essentielle dans la vie des jeunes. Dans une étude TNS Sofres récente où l'on demandait aux enfants ce qui était le plus important à leurs yeux, la famille cartonne, devant l'amitié, les études et la fidélité en amour. L'argent arrive en dixième position, devant la politique et la religion.

Vous avez donc le pouvoir, parents. Une vraie carte à jouer.

Un costume de super-héros à enfiler. Lâchez du lest sur la chambre. Si le lit n'est pas fait, ne le faites pas. Mais puisque la famille et la vie à la maison sont essentielles pour eux, apprenez-leur, comme dit Maryse Vaillant, « ne pas mettre le bordel partout. La chambre, OK. Mais respectez la cuisine, le séjour, la salle de bain. C'est l'apprentissage de la démocratie, on est interdépendants les uns des autres. Se préoccuper du bien commun, c'est le fondement de la sociabilité ». Bien sûr qu'à 7 ans on peut déjà comprendre ça. ■

JULIE HUON

(1) Range ta chambre !, Maryse Vaillant, Flammarion, 2005.
(2) www.fondation-pfizer.org

ET LES ENFANTS ?

Il ne faut pas croire. Il y a plein de choses que font les parents et qui rendent fous les enfants.

Comme les cris. Parfaitement inutiles. Dès qu'on grimpe dans les aigus, les enfants se ferment les oreilles.

Comme quand on se dispute en leur présence.

Comme quand on les prend pour des idiots en disant que tout va bien entre papa et maman alors qu'ils vous ont entendus hurler toute la nuit.

Comme quand les adultes leur demandent de ramener de bonnes notes, qu'ils remplissent le contrat et qu'au moment de signer le bulletin, on leur dit : « Ouais super, mais par contre, t'as vu l'état de ta chambre ? »

Bien noté ? Interro lundi.

les tiroirs et la garde-robe. J'ai tout retourné. Ils ne l'ont fait qu'une fois. »

Pour elle, tout vient des parents. Ce sont eux qui décident. Elle travaille pour une autre famille, trois enfants de 5 à 12 ans. « Rien à dire, quand j'arrive, tout est rangé parce que la maman les a prévenus qu'il fallait tout ramasser. On n'est pas obligé de leur demander l'impossible aux enfants, de faire les poussières, tout ça. On peut s'en occuper, mais quand la chambre est rangée, c'est déjà ça de gagné. » J.H.



On ne dit pas

« Mais quel bordel, cette chambre ! C'est pas possible, j'ai jamais vu un foutoir pareil. Tu vas me ranger ça... et en vitesse, sinon ça va barder. »

On dit

« Il y a de la vaisselle sale ? Non ? Du linge sale ? Non ? De la nourriture ? Non ? Super. Je ferme quand même la porte en sortant, d'accord ? »



la psy Les limites, un tuteur pour pousser droit

ENTRETIEN
Pascaline Roux est psychologue et coach, spécialisée dans l'accompagnement des adolescents et de leurs parents. Elle est l'auteure de plusieurs livres traitant de cette épineuse relation (1).

A quoi ça sert, les règles ?
Très simple. Un enfant qui n'a pas de limites est un enfant perdu. Il pourra développer des comportements extrêmement provocateurs pour trouver ses repères. J'utilise souvent l'image du tuteur pour une jeune poussie. Le tuteur est contraignant parce qu'il empêche l'arbre d'aller là où le vent le pousse, mais si on veut qu'il soit fort, droit, avec des racines bien plantées, on doit lui poser une structure, à l'arbre.

On ne peut donc pas faire sans ?
Non, c'est absolument nécessaire, même si ce n'est pas ce qu'on aime le plus dans le rôle parental. D'un côté, on a les enfants qui n'ont pas envie qu'on leur dise ce qu'ils doivent faire. De l'autre, les parents qui posent des limites et qui donc, oui, frustrant. Mais les enfants, pour grandir, ont besoin de cadres, de lois, de repères qui leur disent « au-delà de ça, il y a un danger ». Les règles de sécurité sont les plus faciles. Un enfant s'approche du feu, c'est évident. Pareil pour l'alcool, les produits illicites, il y a là un danger qui est un danger de vie ou de mort. Mais pour tout ce qui a trait aux vêtements, ou à l'ordre dans la chambre, c'est plus subtil, moins carré.

C'est quoi, le plus important ?
En premier, le respect quand on se parle. Un gros mot peut échapper, je ne suis pas choquée quand un jeune me dit « oh, fait chier ». Ça ne me pose pas de problème. Ce qui est grave, c'est « sale con ». Ce n'est pas une question de politesse, mais de respect. On ne se parle pas mal. Ce qui signifie que les parents doivent aussi apprendre à respecter leur enfant. Ne pas leur parler n'importe comment, ce « n'importe comment » ne consistant pas seule-

ment à les insulter. L'important n'est pas d'utiliser un langage châtié, mais de respecter l'individu qu'on a en face de soi. Il ne faut jamais, par exemple, chercher à soumettre son enfant. L'autoritarisme est un manque de respect. Il y a des techniques pour leur parler, pour qu'ils nous écoutent ? Les petits, on se met à leur hauteur. Pour l'adolescent, ce qu'on dit souvent, c'est qu'il faut éviter le face-à-face. Ça le met mal à l'aise. C'est mieux d'être côte à côte. Par exemple, vous faites la vaisselle, il est en train d'essuyer. La voiture marche bien aussi. C'est un moment où on ne se regarde pas, il n'y a pas d'interférence. En plus, le jeune ne peut pas partir ! Sinon, jamais devant une télé allumée ou un jeu vidéo. Exclu. Mais d'une manière générale, si on l'a écouté, le jeune aura appris à nous écouter.

“ Si vous avez un ado qui vous parle, sortez le champagne. Et lâchez tout, la soupe, la lessive, la vaisselle »

Et en numéro deux ?

Ne pas transiger sur la console, le GSM, l'ordinateur. Il y a une vraie dépendance et quand j'entends des enfants ou des jeunes qui passent une heure par jour devant un écran, je me dis « mais comment ils font ». Dans un jeu vidéo, on n'est pas dans la créativité mais dans la réactivité. On n'effectue que des actions proposées par le jeu. Mais c'est gratifiant parce qu'on est un superhéros. En plus, les jeunes sont malins, ils disent : « Mais si, regarde, je suis en contact avec mes amis », sauf qu'il s'agit d'une fautive relation. Donc limiter dans le temps, comme la télé, quelques minutes par jour ou exclusivement le week-end. On est passif devant un écran et pendant ce temps-là, on ne s'ennuie pas, on ne joue pas. Les ados, à la rigueur, c'est moins grave parce qu'à un moment donné, ils sortiront pour aller spontanément vers leurs copains. Mais vers 10-11

ans, gaffe, vraiment, quand ils passent de la PSP à l'iTouch, à l'iPad... On parle beaucoup de la génération Y mais que va donner cette génération Z ? Enfin, de tout temps, on s'est inquiété du sort de la jeune génération... Et la chambre alors ? Qu'est-ce qui est grave dans une chambre qui n'est pas rangée ? Il y a une question d'hygiène, de santé, et des règles à poser par rapport à ça : pas de nourriture, pas de vaisselle sale, pas de linge sale qui traîne... Après, le désordre, ça nous fait hurler, nous, les adultes. Mais en comparaison, les écarts de langage sont bien plus graves, c'est non négociable. On doit écouter tout ce qu'ils racontent ? Si vous avez un ado qui vous raconte des trucs de l'ordre du papotage, déjà réjouissez-vous, sortez le

champagne, c'est extrêmement rare ! Ça arrive plus chez les filles que les garçons, plus minimalistes (« non », « ouais », « bien »). Mais donc, il faut apprendre à repérer quand il vous dit quelque chose qui est fondamentalement pour lui. Vous le sentez aux mots, à la voix. Dans ces moments-là, lâchez tout. La soupe, la lessive, la vaisselle. Même si ça dure cinq, dix minutes, vous devez tout stopper pour lui offrir cet espace-là et il va se sentir considéré. Pour moi, c'est vraiment de l'investissement. Ces dix minutes, c'est de la prévention. Autant de crises en moins, d'incendies en moins à devoir éteindre s'il a le sentiment de pas être entendu. ■

Propos recueillis par JULIE HUON

(1) Ados, le mystère expliqué (Favre, 2009) et Apprivoiser son ado : les secrets des parents efficaces (Jouvenne, 2011). www.pascaline-roux.com